

**Цитування на цю статтю:**

Дух ТІ, Кіщак МЮ, Свищ ЯС. Інтерактивні методи навчання у процесі підготовки майбутніх фахівців спеціальності “Фізична культура і спорт”. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Квітень 04; 41: 18-24

**Відомості про автора:**

*Дух Тетяна Ігорівна* – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри легкої атлетики, Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського (Львів, Україна)

e-mail: tdukh5555@gmail.com

<http://orcid.org/0000-0002-2401-9203>

*Кіщак Мар'яна Юрійівна* – викладач кафедри легкої атлетики, Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського (Львів, Україна)

e-mail: la@ldufk.edu.ua

<http://orcid.org/0009-0007-3407-6133>

*Свищ Ярослав Степанович* – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри легкої атлетики, Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського (Львів, Україна)

e-mail:

<http://orcid.org/0000-0002-1573-8599>

УДК 378:613.71:005.336.5  
doi: 10.15330/fcult.41.24-28

Яна Єремія, Юрій Мосейчук,  
Олена Мороз

## ПРЕДМЕТНО-МЕТОДИЧНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗКУЛЬТУРИ: АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ

**Мета статті:** проаналізувати напрямки розвитку та вдосконалення предметно-методичної компетентності майбутніх вчителів фізичної культури. **Методи дослідження:** аналіз, узагальнення, систематизація даних наукових досліджень та літературних джерел. **Результати.** У статті встановлено теоретико-методологічні основи підвищення предметно-методичної компетентності майбутніх учителів фізичного виховання. Обговорено питання модернізації національної системи вищої педагогічної освіти, актуалізовано питання розробки курсу підвищення кваліфікації вчителя нової української школи на засадах компетентнісного підходу. Розглянуто сутність і структуру поняття “предметно-методична компетентність майбутнього вчителя фізичної культури” як узагальненої мети та результату його професійної компетентності, що характеризується інтеграцією теоретичних знань у спеціальність. **Висновки.** Предметно-методичні вміння майбутніх учителів фізичної культури є невід’ємною частиною фізкультурно-оздоровчої діяльності та виражають їх професійну підготовку на теоретичному та практичному рівнях.

**Ключові слова:** предметно-методична компетентність, фізична культура, освітні компетентності, майбутній вчитель фізичної культури, заклади вищої освіти, заклади загальної середньої освіти.

**Goal:** to analyze the directions of development and improvement of subject-methodical competence of future physical education teachers. **Research methods:** analysis, generalization, systematization of scientific research data and literary sources. **The results.** The article establishes the theoretical and methodological foundations of improving the methodological competence of future teachers of physical education. The issue of modernization of the national system of higher pedagogical education was discussed, the issue of the development of a teacher training course for a new Ukrainian school based on the competence approach was updated. Concepts that are important for our research have been identified, which theoretically substantiate the issue of the development of methodological competence of future teachers of physical culture and the pedagogical potential of influencing its formation. The essence and structure of the concept of “subject-methodical competence of the future physical culture teacher” as a generalized goal and result of his professional competence, characterized by the integration of theoretical knowledge into the specialty, are considered. **Conclusions.** The subject-methodical skills of future physical culture teachers are an integral part of physical culture and health activities and express their professional training at the theoretical and practical levels.

**Key words:** subject-methodical competence, physical culture, educational competences, future teacher of physical culture, institutions of higher education, institutions of general secondary education.

**Постановка проблеми й аналіз результатів останніх досліджень.** У контексті глобальної цифровізації та соціально-економічної трансформації система освіти зазнає серйозних змін на глобальному рівні. Сучасні тенденції, зумовлені комплексним впровадженням сучасних освітніх технологій, вимагають перегляду сутнісних особливостей діяльності вчителя загальноосвітніх навчальних закладів у цілому, а тому являють собою змістовні елементи педагогічної діяльності.

Тому на даний час молоді педагоги відчувають труднощі з адаптацією до умов професійної діяльності та її здійснення, отже дидактична та системна підготовка випускників закладів вищої освіти повинна повною мірою відповідати вимогам сьогодення. Це твердження особливо актуальне у зв'язку з удосконаленням інформаційних процесів в освіті. Це вимагає від вчителів здобувати знання та будувати власні освітні системи в навчальних середовищах на уроках фізичної культури.

Виявлено важливі для нашого дослідження концепції, які теоретично обґрунтовують питання розвитку методичної компетентності майбутніх учителів фізичної культури та педагогічного потенціалу впливу на її формування. Зауважимо, що дефініція “методична компетентність учителя” недостатньо досліджена в теорії освіти через відсутність послідовного розуміння її природи та умов розвитку. В даний час існують різні підходи до його визначення.

Так, дослідниця Коновальська, Л. О виділяє професійно-методичну компетентність як дві окремі категорії в структурі педагогічних компетентностей учителя. Вона розглядає предметну компетентність учителя як сукупність знань, отриманих із предмета, який викладається, вміння орієнтуватися в останніх дослідженнях у галузі, володіти методикою предметного навчання, орієнтація на різні методи та прийоми навчання, вміння застосовувати сучасні методи викладання [3].

**Мета статті** – проаналізувати напрямки розвитку та вдосконалення предметно-методичної компетентності майбутніх вчителів фізичної культури.

**Методи.** Аналіз, узагальнення, систематизація даних наукових досліджень та літературних джерел.

**Результати дослідження.** Проявами методичної компетентності є: здатність планувати, вибирати, синтезувати та створювати навчальні матеріали, здатність до організації різноманітних форм навчання, вміння організовувати навчальну роботу учнів на основі діяльнісного підходу вміння застосовувати інноваційні методи навчання, правильно застосовувати освітні методики в охороні здоров'я, вміння використовувати педагогічні навички для формування основних компетентностей учнів, вміння організувати самостійну роботу на уроці та в позаурочний час [4].

Як бачимо, поняття методичної компетентності передбачає сформованість системи теоретичних знань майбутнього вчителя за дидактичною формою, методами і засобами навчання, психологічні механізми засвоєння учнями знань і вмінь, практичних навичок перед ефективним використанням отриманих знань у подальшій професійній діяльності. Як правило, термін “методична компетентність учителя” зустрічається переважно в наукових дослідженнях. Це посилення на професійну підготовку можна вважати незалежним від предмета чи освіти або інтегрованим у методологію певної дисципліни [6].

Ця одноманітність відображена в узагальненій базовій моделі професійної підготовки вчителів закладів загальної середньої освіти, на основі якої залежно від обраної професії та освітнього рівня проектується система педагогічних впливів на особистість учня.

Тому під предметно-методичною компетентністю майбутніх учителів фізичної культури ми розуміємо здатність студентів ЗВО проектувати ефективні навчальні про-

цеси в рамках своїх предметів з урахуванням різноманітних педагогічних взаємодій: учні, батьки, вчителі.

Слід зазначити, що унікальність професійної діяльності вчителя фізичної культури визначається функціональною специфікою професії. Це розвиток гармонійно розвинутої особистості, фізичне, психічне, духовне та соціальне здоров'я учнівської молоді. Удосконалення тематичної та методичної компетентності майбутніх учителів фізичного виховання вимагає поєднання теоретичних і психолого-педагогічних знань, методичних умінь і специфічних рухових навичок для забезпечення їх здатності на високому рівні реалізовувати зміст програми [2].

Враховуючи заходи протиепідемічної безпеки, зумовлені черговою хвилею коронавірусної хвороби та воєнного стану в країні, навчання та розвиток цих знань, умінь і навичок відбуватиметься в умовах змішаного навчання. Воно вимагає використання цифрових ресурсів та новітніх технологій навчання та виховання. Це зменшує частку особистого спілкування та збільшує частку самозайнятості для тих, хто шукає освіти. Сучасні методи змішаного навчання насичені різними моделями, що ускладнює визначення цього педагогічного явища.

Рішення цих завдань визначає наступний результат навчання в предметній галузі:

- знати психолого-педагогічні, медико-біологічні та соціокультурні основи фізичної культури та впровадження сучасних технологій у оздоровлення;
- пропонуються шляхи впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у практику фізичного виховання дітей шкільного віку;
- ми самостійно обираємо форми, методи та засоби впровадження новітніх технологій культури тіла та здоров'я у виховний процес з дітьми та молоддю.

У процесі досягнення вищезазначених результатів навчання, на нашу думку, формується професійний світогляд майбутнього вчителя фізичної культури, який є основою його професійно-методичних компетенцій, тобто міждисциплінарних особливостей навчання; розуміти індивідуальні, педагогічні організаційні структури та визначати індивідуальні фізкультурно-оздоровчі заходи; формувати здатність стратегічно передбачати зміни у сфері професійної діяльності, переглядати навчальні плани та унікальні практичні заняття, а за потреби покращувати якість навчально-виховного процесу з фізичного виховання в шкільних та позакласних заняттях [5].

Поєднання традиційних та інноваційних методів моніторингу рівня шкільних досягнень дає змогу діагностувати рівні сформованості предметно-методичних умінь: адаптацію, нестійкі установки вчителів щодо майбутньої професії, конструюючи культуру тіла та оздоровчу діяльність за допомогою відомих і розроблених алгоритмів.

**Висновки.** Отже, предметно-методичні вміння майбутніх учителів фізичної культури є невід'ємною частиною фізкультурно-оздоровчої діяльності та виражають їх професійну підготовку на теоретичному та практичному рівнях. У рамках змішаного навчання, що інтерактивно трансформує трансферне навчання, в освіті буде розширено стратегію та різноманіття засобів для розвитку професійно-теоретичних знань, організаційної та фізкультурної реалізації, формування навичок, характерних для сучасних освітніх технологій у оздоровчій діяльності, здатність майбутніх вчителів фізичної культури інтегрувати передовий національний та міжнародний інноваційний досвід спортивної культури та здоров'я.

У напрямку глобальної цифровізації освіти ми продовжимо досліджувати та розробляти моделі розвитку педагогічних та методичних умінь майбутніх учителів фізичної культури з використанням інформаційно-комунікаційних технологій на освітньому рівні для експериментальної перевірки програми та її ефективності.

1. Гауряк О. Д. Формування професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури в умовах педагогічної практики. Київ, 2011. 205 с.
2. Гауряк О. Д., Киселиця О. М. Формування педагогічної культури майбутніх учителів фізичної культури в процесі фахової підготовки у ВНЗ. Вісник Запорізького національного університету. Серія: Фізичне виховання та спорт. Запоріжжя, 2012. 202 с.
3. Коновальська, Л. О. Формування методичної компетентності майбутніх учителів фізичної культури у процесі вивчення професійно орієнтованих дисциплін. (Автореф. дис. канд. пед. наук). Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 2011. 245 с.
4. Мосейчук Ю. Ю. Теоретико-методологічні основи формування культури здоров'я у майбутніх учителів фізичної культури : моногр. Чернівці : "Місто", 2018. 436 с.
5. Мосейчук Ю. Ю. Психолого-педагогічні аспекти вдосконалення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у контексті неперервної освіти. Зб. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету "Україна". Хмельницький : ХІСТ, 2017. № 13. С. 53–57.
6. Онопрієнко, О. В. Формування базових професійних компетентностей майбутнього вчителя фізичної культури у процесі вивчення фахових дисциплін. (Дис. канд. пед. наук). Черкаський національний університет імені Б. Хмельницького. Черкаси, 2009. 201 с.
7. Шиян, О., Афанас'єв, Д. Особливості формування професійної компетентності вчителів фізичної культури. В кн. В. М. Костюкевич (Ред.), Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць (Вип. 4, с. 307-311). Вінниця, 2017. 142 с.
8. Ягупов В., Свистун В. Компетентнісний підхід до підготовки фахівців у системі вищої освіти. Наукові записки. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. 2007. 211 с.

#### References

1. Hauriak O. D. Formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnoho vchytelia fizychnoi kultury v umovakh pedahohichnoi praktyky. Kyiv, 2011. 205 s.
2. Hauriak O. D., Kyselytsia O. M. Formuvannia pedahohichnoi kultury maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury v protsesi fakhovoi pidhotovky u VNZ. Visnyk Zaporizkoho natsionalnoho universytetu. Seriya: Fizychno vykhovannia ta sport. Zaporizhzhia, 2012. 202 s.
3. Konovalska, L. O. Formuvannia metodychnoi kompetentnosti maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury u protsesi vyvchennia profesiino orientovanykh dystsyplin. (Avtoref. dys. kand. ped. nauk). Nats. ped. un-t imeni M.P. Drahomanova. Kyiv, 2011. 245 s.
4. Moseichuk Yu. Yu. Teoretyko-metodolohichni osnovy formuvannia kultury zdorovia u maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury : monohr. Chernivtsi : "Misto", 2018. 436 s.
5. Moseichuk Yu. Yu. Psykholoho-pedahohichni aspekty vdoskonalennia profesiinoi pidhotovky maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury u konteksti neperervnoi osvity. Zb. nauk. prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohii Universytetu "Ukraina". Khmelnytskyi : KhIST, 2017. № 13. S. 53-57.
6. Onopriienko, O. V. Formuvannia bazovykh profesiinykh kompetentnosti maibutnoho vchytelia fizychnoi kultury u protsesi vyvchennia fakhovykh dystsyplin. (Dys. kand. ped. nauk). Cherkaskyyi natsionalnyi universytet imeni B. Khmelnytskoho. Cherkasy, 2009. 201 s.
7. Shyian, O., Afanasiev, D. Osoblyvosti formuvannia profesiinoi kompetentnosti vchyteliv fizychnoi kultury. V kn. V. M. Kostiukevych (Red.), Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii: zb. nauk. prats (Vyp. 4, s. 307-311). Vinnytsia, 2017. 142 s.
8. Yahupov V., Svystun V. Kompetentnisnyi pidkhid do pidhotovky fakhivtsiv u systemi vyshchoi osvity. Naukovi zapysky. Pedahohichni, psykholohichni nauky ta sotsialna robota. 2007. 211 s.

#### Цитування на цю статтю:

Єремія ЯІ, Мосейчук ЮІ, Мороз ОО. Предметно-методична компетентність майбутнього вчителя фізкультури: аспекти формування. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2023 Квітень 04; 41: 24-28

#### Відомості про автора:

*Єремія Яна Ігорівна* – аспірант, асистент кафедри фізичної культури та основ здоров'я, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: [y.yeremiia@chnu.edu.ua](mailto:y.yeremiia@chnu.edu.ua)

<https://orcid.org/0000-0003-1526-7261>

*Мосейчук Юрій Юрійович* – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури та основ здоров'я, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: [j.moseitchuk@chnu.edu.ua](mailto:j.moseitchuk@chnu.edu.ua)

<https://orcid.org/0000-0002-2457-6552>

**Мороз Олена Олександрівна** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Чернівці, Україна)

e-mail: o.moroz@chnu.edu.ua

<https://orcid.org/0000-0003-4142-2712>

УДК 796.011.3  
doi: 10.15330/fcult.41.28-41

**Зоряна Ізай, Ірина Султанова,  
Ірина Іванишин**

## РОЗВИТОК ФУНКЦІОНАЛЬНИХ РЕЗЕРВІВ ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ У ПІДЛІТКІВ

**Мета дослідження** – з'ясувати стан функціональних резервів дихальної системи підлітків жіночої статі 12-ти років та апробувати ефективність програми, спрямованої на їх підвищення.

**Методи дослідження:** аналіз та узагальнення наукової та методичної літератури; оцінка соматичного здоров'я; оцінка фізичного розвитку школярів; визначення компонентного складу тіла; методи математичної статистики.

**Результати дослідження.** Виявлено, що 54,3% обстежених 12-річних підлітків жіночої статі мають низькі та нижче середнього резерви потужності дихальної системи та 79,0% дівчат мають “нижче безпечного” рівень соматичного здоров'я. Встановлено наявність позитивних кореляційних взаємозв'язків середньої сили між величиною життєвого індексу та кількістю кісткового компонента, рівнем соматичного здоров'я індивіда. Сильний негативний кореляційний зв'язок функціональних резервів дихальної системи виявлено із змінами абсолютної кількості м'язової тканини, товщиною шкірно-жирових складок, обводними розмірами виявлено обернені кореляційні взаємозв'язки середньої сили. Аналіз отриманих результатів свідчить про важливе значення для резервів дихальної системи маси тіла, ваго-ростових співвідношень (ІМТ), обводних розмірів тіла, товщини шкірно-жирових складок та компонентного складу тіла.

Запровадження дихальної гімнастики призвело до статистично значущого збільшення резервів мобілізації дихальної системи (життєвий індекс), соматичного здоров'я та резервів регуляції, про що свідчать підвищення стійкості організму до умов гіпоксії (проба Генчі) та збільшення тонуусу парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи (індекс Скібінської).

Отримані результати свідчать про ефективність запропонованої нами програми та дозволяють її рекомендувати до широкого впровадження на постійній основі.

**Ключові слова:** підлітки, функціональні резерви, дихальна система, соматичне здоров'я, склад тіла.

**The aim** – to find out the state of the functional reserves of the respiratory system of 12-year-old female adolescents and to test the effectiveness of the program aimed at increasing them.

**Methods:** analysis and generalization of scientific and methodical literature; assessment of somatic health; assessment of physical development of schoolchildren; determination of the component composition of the body; methods of mathematical statistics.

**Results.** It was found that 54.3% of the examined 12-year-old female adolescents have low and below average respiratory system capacity reserves and 79.0% of girls have a “below safe” level of somatic health. The presence of positive correlations of medium strength between the value of the life index and the amount of the bone component, the level of somatic health of the individual, was established. A strong negative correlation of the functional reserves of the respiratory system was found with changes in the absolute amount of the fat component. With changes in the absolute amount of muscle tissue, the thickness of the skin-fat folds, and the circumference dimensions, inverse correlations of the average strength were found. The analysis of the received results indicates the importance of body weight, weight-for-height ratios (BMI), body circumference, thickness of skin-fat folds and body composition for the reserves of the respiratory system.

The introduction of respiratory gymnastics led to a statistically significant increase in the mobilization reserves of the respiratory system (life index), somatic health and regulation reserves, as evidenced by the rise in the body's resistance to hypoxia conditions (Genchi's test) and an increase in the tone of the parasympathetic department of the autonomic nervous system (Skibinska index).

Received results testify to the effectiveness of our proposed program and allow us to recommend it for widespread implementation on a permanent basis.

**Key words:** adolescents, functional reserves, respiratory system, somatic health, body composition.